

学 位 論 文 内 容 の 要 旨

学位申請者	新保 みさ 【ライフサイエンス専攻 平成25年度生】	要 旨
論文題目	成人の体重管理における栄養教育 —食べ過ぎに関する対策の検討—	<p>本研究は、成人を対象に、体重管理における食べ過ぎに対する新たな栄養教育の提案を目指して衝動性に着目し、食べ過ぎた後の対策を検討することを目的とした。上記の目的に沿って、本研究は以下の4つの研究から構成される。</p> <p>研究1: 体重管理における衝動性と食べ過ぎの関連 —性別・年代別の層別解析—</p> <p>衝動性と食べ過ぎの関連について性別・年代別に調べることを目的とした。楽天リサーチ株式会社の登録者800名(20~59歳)を対象に、横断的な自己記入式質問紙調査を行った。衝動性と食べ過ぎには正の関連がみられ、衝動性が高いと、食べ過ぎ頻度が多かった。この関連は特に20歳代男性において顕著だった。</p> <p>研究2: 食べ過ぎた後の対策尺度の開発</p> <p>食べ過ぎた後の対策を整理し、尺度を開発することを目的とした。対象者は静岡県の健康教室参加者や職員411名で、横断的な自己記入式質問紙調査を行った。17項目、5つの下位尺度(食事による補償行動、運動による補償行動、セルフ・モニタリング、反省、楽天的思考)でモデルへの適合度もおおむねよいことが確認された。</p> <p>研究3: 衝動性が高い者における食べ過ぎた後の対策とBMIの関連</p> <p>衝動性が高い者の体重管理方法を検討するために、衝動性が高い者における食べ過ぎた後の対策とBMIの関連を調べることを目的に、研究1のデータを解析した。食べ過ぎた後の対策の中で食事による補償行動をしている者ほどBMIが低かった。</p> <p>研究4: フリップチャート教材「誘惑に負けない体重管理」の開発</p> <p>誘惑場面、食べ過ぎないための対策、食べ過ぎた後の対策を学ぶための教材を開発し、その実行可能性を調べることを目的とした。教材は、フリップチャート、ワークシート、誘惑日記からなる。教材を用いた教室を実施したところ、教室直後では教材や対策への実行に前向きな意見が得られたが、1か月後では対策を実施できている者は少なかった。</p> <p>今回、新保みさが行った研究から、食べ過ぎた後の対策が整理され、衝動性が高い者において食べ過ぎた後の対策が体重管理の方法1つとなることが示唆された。さらにこの対策を含む教材が提案された。</p>
審査委員	(主査) 教授 赤松 利恵	
	准教授 須藤 紀子	
	准教授 飯田 薫子	
	教授 藤原 葉子	
	教授 森光 康次郎	